

LIGURIA STRATEGICA

Giornale Mensile dei Centri di Terapia Strategica e degli Studi aderenti alla
Supervisione Strategica della Liguria

Agosto 2020, Anno II N. 2

Editoriale di Andrea Vallarino

L'INTERVENTO STRATEGICO IN AMBITO SCOLASTICO

**Proposta di lavoro con gli insegnanti
nell'ambito dell'anno dell'auto-mutuo.aiuto
proclamato dal Sindaco di Genova per l'anno 2020/21**



Se devo pensare ad una proposta da fare per la scuola oggi, mi vengono in mente, da
psichiatra, psicoterapeuta, le **quattro capacità strategiche** che servono all'uomo

per vivere bene la sua vita. Le quattro capacità strategiche individuate nel nostro lavoro sono la capacità di:

- 1) darsi degli obiettivi;**
- 2) avere le risorse** per raggiungere questi obiettivi;
- 3) essere sistematici** nel perseguire gli obiettivi fino a raggiungerli;
- 4) sapere reggere gli effetti** del conseguimento di questi obiettivi.

Ora, nel lavoro scolastico, guardando i giovani di oggi a me sembra che le prime due le abbiano e che le abbiano anche in misura maggiore rispetto ai loro padri.

Anche se si pensa sempre che siano confusi, in realtà la prima capacità strategica di darsi gli obiettivi ce l'hanno ed hanno anche enormi risorse per poterli raggiungere, ed hanno delle risorse che sono sicuramente superiori a quelle delle generazioni precedenti. Dove però sono carenti secondo me è nella capacità di essere sistematici nel perseguimento dell'obiettivo.

Non è solo colpa loro è anche colpa della nostra società.

La nostra società in questo momento è molto instabile, sono instabili le famiglie, è instabile il lavoro, è instabile l'economia in generale specialmente in questo ultimo periodo anche dovuto all'emergenza del coronavirus. E questa instabilità la si paga perché chi ha buone capacità se non è anche un po' sistematico, se non è anche un po' capace di annoiarsi nel tenere la rotta difficilmente raggiunge l'obiettivo.

Io dico sempre che è un po' come se fossero delle navi con un motore potente ma col timone rotto e ogni tanto cambiano rotta ed hanno anche la tentazione di cambiare rotta non solo quando le cose vanno male ma anche quando vanno bene. Complice anche un certa psicologia di massa che ha indotto l'idea che i cambiamenti debbano essere perseguiti a prescindere dalla necessità di farlo.

L'imperativo categorico in questo momento storico è che bisogna sempre cambiare, anche quando le cose possono andare bene. Un tempo, nelle generazioni precedenti, il mito era la stabilità, adesso il mito è il cambiamento, dimenticando che il cambiamento è una realtà fisiologica della vita, avviene sempre anche quando non si vorrebbe, è il πάντα ῥεῖ (tutto scorre) dei Greci, quello che invece sta diventando l'anticamera di patologia è il fatto di voler cambiare necessariamente anche quando

non ci sono le evidenze per doverlo fare.

Facciamo un esempio pratico della scuola, quanti cambi di classe avvengono nel primo trimestre, di qualunque liceo, quanti cambi di sezione, quanti *nulla osta* vengono richiesti per cambiare scuola.

La tentazione in questo momento è di vincere la battaglia in qualunque campo, basta vincerne una ed invece bisogna anche imparare a vincere le battaglie là dove si sono perse ed abbandonare il campo di battaglia solo dopo aver vinto la battaglia.

La tendenza che hanno i ragazzi in questo momento ad essere poco sistematici nel perseguire gli obiettivi è uno dei problemi nell'ambito dell'educazione ed anche dell'educazione scolastica.

La priorità dovrebbe essere far acquisire ai ragazzi questa capacità di essere sistematici. In questo periodo storico, oltretutto, la poca sistematicità è anche data dall'uso e dall'abuso di sostanze stupefacenti e di alcool.

I numeri sono impressionanti il 50% dei ragazzi beve nei week end, alcuni anche fino al coma etilico, l'80% usa o abusa di sostanze stupefacenti.

Quando vengono da me e gli chiedo qual è il motivo per cui non ci si dovrebbe drogare, non bere, la mettono tutti su un piano un po' moralistico. Non ci si deve drogare perché fa male, ma in realtà sappiamo che il moralismo è l'anticamera della trasgressione. Il vero danno di droghe e alcool è che interferiscono proprio con la terza capacità strategica.

Chi fuma hashish nei week end anche solo in dose minime, chi usa o abusa di alcool si preclude la capacità di mantenere la rotta. L'uso e l'abuso di sostanze e l'uso e l'abuso di alcool interferiscono con la terza capacità che è fondamentale per avere successo, ma non il successo mediatico, il successo che deriva dall'aver una vita soddisfacente. Io credo che questo sia uno degli obiettivi che deve perseguire la scuola in questo periodo storico.

E lo deve fare non a partire dagli studenti, ma partire dagli insegnanti.

Molti anni fa, più di venti anni fa, in una consulenza fatta con il Comune di Genova nell'ambito degli Istituti scolastici, avevamo proposto di lavorare non sugli alunni e con gli alunni, ma con gli insegnanti in gruppi di supervisione, in modo che fossero

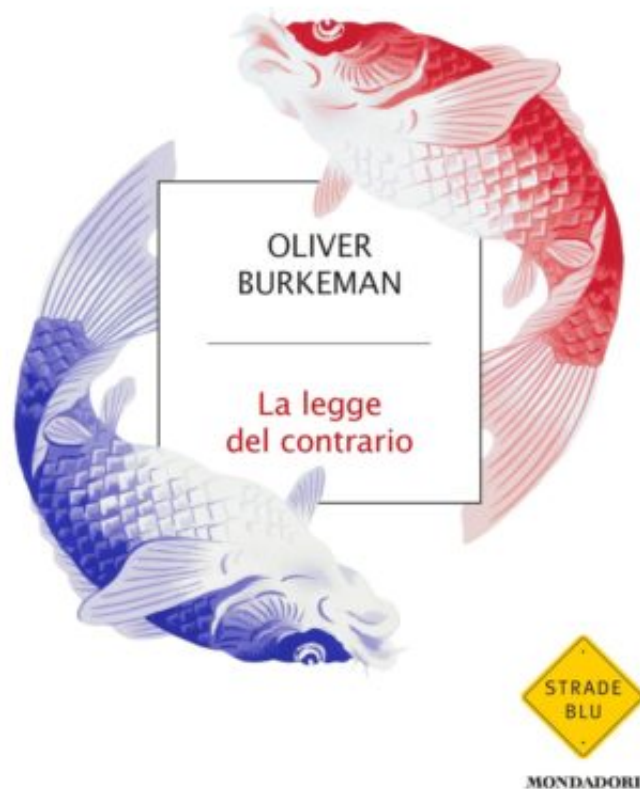
gli insegnanti poi a fare gli interventi sui ragazzi che avevano problemi. Quello che propongo è di fare dei gruppi di supervisione con gli insegnanti, all'interno della scuola, per analizzare insieme a loro come divenire dei modelli nell'ambito dell'acquisizione delle capacità strategiche.



Rubrica

Libri e siti web di medici e psicologi consigliati

STARE BENE CON SE STESSI
SENZA PREOCCUPARSI DELLA FELICITÀ



OLIVER BURKEMAN

LA LEGGE DEL CONTRARIO

Mondadori, 2015

La nostra cultura è ossessionata dalla ricerca della felicità, per raggiungere la quale basterebbe, secondo la maggior parte dei manuali di self-help, pensare positivo, allontanando dalla mente gli spettri della tristezza e dell'insuccesso. Tuttavia, ben pochi dei numerosi vantaggi della vita sembrano in grado di migliorare il nostro umore: la ricchezza – per chi ce l'ha – non è necessariamente sinonimo di felicità; amore, famiglia e lavoro sono spesso fonte di gioia ma anche di una notevole quantità di stress; non riusciamo nemmeno a metterci d'accordo sul significato della parola felicità.

Siamo dunque condannati a una ricerca infruttuosa? Oppure la affrontiamo nel modo sbagliato? E se fosse il nostro sforzo costante di essere felici a renderci così frustrati?

Secondo Oliver Burkeman, giornalista inglese ironico e irriverente, sono proprio i nostri continui tentativi di eliminare tutto quanto è negativo – l'incertezza, il fallimento, la malinconia – a farci sentire così insicuri, ansiosi, infelici. Al contrario,

accettare l'insuccesso e aprire il nostro orizzonte all'idea della morte può aiutarci a stare bene e, soprattutto, a capire cosa intendiamo per felicità.

In queste pagine affascinanti, Burkeman ci presenta un insolito gruppo di persone – psicologi sperimentali e buddisti, esperti di terrorismo, maestri spirituali, consulenti aziendali, filosofi – che condividono un'unica e sorprendente prospettiva sulla vita: il «pensiero positivo» e l'ottimismo incrollabile non sono la soluzione, ma una parte del problema, ed esiste una «via negativa» alla felicità e al successo che comporta l'accettazione del fallimento, del pessimismo, del rischio e dell'insicurezza. Insomma, di ciò che passiamo la vita a cercare di evitare.

Provocatorio, controintuitivo e stimolante, *La legge del contrario* è un inno al potere del pensiero negativo.

Aforisma del mese

a cura di Marina Barbagelata

"In mezzo ad ogni difficoltà si trova un'opportunità"
(Albert Einstein)

Per pubblicare articoli e libri da promuovere, nonché informazioni da divulgare inviare una mail ad andreavallarino@libero.it

I nostri studi

Marina Barbagelata, Psicologa, Scuola di Specializzazione in Psicoterapia Breve Strategica, Genova. Email: barbagelata.mari@gmail.com

Giulia Burrone, Psicologa, Psicoterapeuta, Genova. via San Luca, 12/48a, tel. 348 543 4484, email: burrone.g@gmail.com

Clara Costanzo, Psicologa, Psicoterapeuta, Genova, via Longo, 6/4, tel. 338 4499 758, email: claracostanzo@virgilio.it

Angelo De Pascale, Medico, Endocrinologo, Genova, Ospedale Policlinico San Martino, Clinica Endocrinologica, email: angelo.depascale@hsanmartino.it

Andrea Lomi, Medico, Anatomo Patologo, Medico Legale, Cdentro Medico Legale srl presso Clinica Montallegro – Villa Rosa, via Monte Zovetto, 27, Genova, tel. 340 416 1815; email: info@centromedicolegale.it; website: www.centromedicolegale.it

Simona Palmero, psicologa, psicoterapeuta, Bordighera (Imperia), via Vittorio Veneto, 140; tel.334 678 6735; email:simona.palmero@libero.it

Laura Piccardo, Psicologa, Psicoterapeuta, Imperia, Via Giuseppe Berio, 10; Genova in Via Caffaro 1/8, tel. 347 780 2902; emai: lapicca6@gmail.com

Luca Proietti, Medico, Psichiatra, Psicoterapeuta, Genova, Ospedale Policlinico San Martino, Clinica Psichiatrica, Ambulatori, email: proie14@hotmail.it

Giorgio Schiappacasse, Medico, Psichiatra, Psicoterapeuta. Genova, via Macaggi 25/17 4° Piano (Centro Antrim),
tel. 329 017 6068; email: giorgioschiappa54@gmail.com

Andrea Vallarino, Medico, Psichiatra forense, Psicoterapeuta. Genova, via Gramsci, 1/1a, tel. 349 6922 664, 010 246 7677,
email: andreavallarino@libero.it, website: www.andreavallarino.net

Licia Vicinelli, Psicologa, Psicoterapeuta, Ventimiglia (Imperia) via Michelangelo Buonarroti 7, Bologna, via Mario Musolesi, 2;
tel. 392 853 2552; e-mail: licia.vicinelli@gmail.com website: www.liciavicinelli.com

Visita il sito web di Andrea Vallarino

Copyright © 2020 Dr. Andrea Vallarino - Medico specialista in psicoterapia, tutti i diritti riservati.

Vuoi cambiare qualcosa riguardo la ricezione di queste email?
Puoi [aggiornare le tue preferenze](#) or [cancellare la sottoscrizione alla newsletter](#).

